



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชัยขย ขามรัตน์ หัวหน้าภาควิชาบริหารสาธารณสุข
คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
2. นายปรีชา เกรือวรรณ ผู้อำนวยการสำนักงานประกันคุณภาพทางการศึกษา
ภาควิชาประเมินผลและวิจัยทางการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
3. นางนภภรณ์ จินดา หัวหน้าภาควิชาพลานามัย โรงเรียนบ้านปะโค
ตำบลปะโค อำเภอกุมภวาปี จังหวัดอุดรธานี
4. นางสุชิน ธรรมวงศ์ษา หัวหน้าสถานีอนามัยพันดอน อำเภอกุมภวาปี
จังหวัดอุดรธานี
5. นางฉวีวรรณ ไชยชาญ เจ้าหน้าที่งานสาธารณสุขชุมชน
สำนักงานสาธารณสุขอำเภอกุมภวาปี จังหวัดอุดรธานี

ภาคผนวก ข

แบบทดสอบวัดความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติตนด้านอนามัยส่วนบุคคล

ตอนที่ 1 แบบทดสอบวัดความรู้ด้านอนามัยส่วนบุคคล

คำชี้แจง

ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย X (กากบาท) ลงในกระดาษคำตอบ โดยเลือกข้อที่เห็นว่า ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว

1. อวัยวะใดที่มีโอกาสได้รับเชื้อโรคและสกปรกง่ายที่สุด
 - ก. ตา
 - ข. จมูก
 - ค. ปาก
 - ง. ผิวหนัง
2. ข้อควรปฏิบัติเบื้องต้นที่ดีที่สุดในการป้องกันโรคผิวหนัง คือข้อใด
 - ก. ใช้ยารักษาโรคผิวหนังอย่างดีป้องกัน
 - ข. ไม่ใช้เสื้อผ้าร่วมกับคนที่เป็นโรคผิวหนัง
 - ค. รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อการบำรุงผิวพรรณ
 - ง. รักษาความสะอาดของร่างกายและเสื้อผ้า
3. อันดับแรกที่ต้องปฏิบัติเมื่อผิวหนังเป็นแผล คือข้อใด
 - ก. ล้างแผลให้สะอาดด้วยน้ำสะอาดและสบู่
 - ข. ใช้น้ำยาล้างแผลทันทีเพื่อให้หายโดยเร็ว
 - ค. ใช้พลาสติกปิดบริเวณปากแผล
 - ง. ปล่ยทิ้งไว้ให้แผลหายเอง
4. สุขอนามัยดีเพื่อป้องกันการเป็นเหา คือข้อใด
 - ก. ตัดผมให้สั้น
 - ข. หวีผมบ่อย ๆ
 - ค. ไม่คลุกคลีกับคนเป็นเหา
 - ง. สระผมให้สะอาดอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2 ครั้ง

5. การมีเหาจะมีผลเสียต่อร่างกายมากที่สุด คือข้อใด
 - ก. เกิดความรำคาญ ต้องเกาศีรษะบ่อย ๆ
 - ข. ทำให้ผมร่วงมากผิดปกติ
 - ค. เป็นสาเหตุของโรคเชื้อราบนหนังศีรษะ
 - ง. เหาจะหลุดออกจากศีรษะ
6. การสระผมเป็นประจำ มีความสำคัญต่อเส้นผมและหนังศีรษะอย่างไร
 - ก. ช่วยกำจัดสิ่งสกปรกไม่ให้เป็นที่หมักหมมของเชื้อโรค
 - ข. ทำให้เส้นผมเงางาม ไม่แตกปลาย
 - ค. ป้องกันการเกิดรังแคบนหนังศีรษะ
 - ง. ทำให้เส้นผมและหนังศีรษะมีกลิ่นหอม
7. ข้อดีของการตัดเล็บมือ เล็บเท้า ให้สั้นอยู่เสมอ คือข้อใด
 - ก. หยิบอาหารเข้าปากได้อย่างปลอดภัย
 - ข. สร้างภูมิคุ้มกันโรคแก่ร่างกาย
 - ค. สะดวกในการดูแลความสะอาด
 - ง. ไม่เป็นแหล่งสะสมสิ่งสกปรกและเชื้อโรค
8. นักเรียนควรทำความสะอาดเล็บอย่างไรจึงจะทำให้เล็บสะอาด
 - ก. ใช้ไม้แคะขูดเล็บ
 - ข. ใช้สกอตไบรท์ขัดเล็บ
 - ค. ใช้สำลีถูขูดเล็บ
 - ง. ใช้แปรงนี้ ๆ ขัดขูดเล็บ
9. สิ่งที่ควรฝึกเป็นนิสัยในการป้องกันเชื้อโรคติดต่อที่จะเข้าสู่ร่างกายทางปาก คือข้อใด
 - ก. ล้างมือให้สะอาดก่อนรับประทานอาหารและหลังการขับถ่ายทุกครั้ง
 - ข. รับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ ๆ
 - ค. เลือกรับประทานอาหารที่บรรจุอยู่ในภาชนะปิดมิดชิด
 - ง. รับประทานอาหารโดยใช้ช้อนกลาง
10. การล้างมือก่อนรับประทานอาหารและหลังออกจากห้องส้วม จะช่วยป้องกันโรคอะไร
 - ก. โรคอุจจาระร่วง
 - ข. โรคกระเพาะอาหาร
 - ค. โรคท้องอืด
 - ง. โรคลำไส้อักเสบ

11. การถ่ายอุจจาระเป็นเวลาทุกวัน จะมีผลดีต่อสุขภาพอย่างไร
 - ก. ทำให้กินอาหารได้มาก
 - ข. ทำให้ท้องไม่ผูก
 - ค. ทำให้ท้องไม่ว่าง
 - ง. ทำให้ท้องไม่อืด
12. การกลั้นอุจจาระหรือไม่ถ่ายอุจจาระหลายวันติดต่อกัน จะมีผลเสียอย่างไร
 - ก. น้ำที่อยู่ในเนื้ออุจจาระถูกดูดซึมไปทำให้อุจจาระแข็งกว่าปกติ
 - ข. เกิดการสะสมของอุจจาระมากขึ้นเรื่อย ๆ ตามจำนวนวันที่ไม่ขับถ่าย
 - ค. เนื้ออุจจาระถูกย่อยสลายเพิ่มขึ้นจึงเหลือไม่มากพอที่จะขับถ่ายได้
 - ง. น้ำที่อยู่ในเนื้ออุจจาระถูกดูดซึมไปทำให้อุจจาระมีปริมาณไม่มากพอที่จะขับถ่ายได้
13. โรคฟันผุมีสาเหตุจากอะไร
 - ก. แปรงฟันไม่สะอาด
 - ข. ใช้ไหมจิ้มฟันบ่อยๆ
 - ค. ไม่กินผักและผลไม้
 - ง. แปรงฟันโดยไม่ใช้ยาสีฟัน
14. วิธีใดถูกต้องที่สุดในการปฏิบัติเพื่อป้องกันฟันผุ
 - ก. แปรงฟันวันละ ครั้ง
 - ข. แปรงฟันถูกรู้อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง คือตอนเช้าและก่อนเข้านอน
 - ค. แปรงฟันโดยใช้ยาสีฟันที่มีคุณภาพ
 - ง. แปรงฟันโดยใช้แปรงสีฟันที่มีคุณภาพ
15. หากไม่สามารถแปรงฟันหลังรับประทานอาหารได้ทุกครั้ง นักเรียนควรจะทำความสะอาดฟันอย่างไร
 - ก. บ้วนปากหลังรับประทานอาหารทันที
 - ข. เคี้ยวหมากฝรั่ง
 - ค. ใช้ไหมจิ้มฟันและเศษอาหารออกจากซอกฟัน
 - ง. ดื่มน้ำหลังรับประทานอาหารหลาย ๆ แก้ว

ตอนที่ 2 แบบทดสอบวัดเจตคติด้านอนามัยส่วนบุคคล

คำชี้แจง

ให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างท้ายข้อความที่ตรงกับความคิดเห็น
ของนักเรียนมากที่สุดเพียงช่องเดียว โดยแต่ละช่องมีความหมายดังนี้

เห็นด้วย หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นตรงกับข้อความนั้นมากที่สุด

ไม่แน่ใจ หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นตรงต่อข้อความนั้นก้ำกึ่งกัน

ไม่เห็นด้วย หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นไม่ตรงกับข้อความนั้นเลย

ข้อความ	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย
1. ผู้ที่ดูแลรักษาร่างกายและเสื้อผ้าให้สะอาดอยู่เสมอ ถือว่าเป็นผู้ที่มีสุขอนามัยที่ดี			
2. เสื้อผ้าที่ใส่แล้วนำมาใส่ซ้ำได้อีกถือว่าเป็นเรื่องปกติ			
3. การใช้เสื้อผ้าร่วมกับผู้อื่นเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้อง เพราะเสี่ยงต่อการเป็นโรคผิวหนังได้			
4. การสระผมเป็นประจำอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2 ครั้ง เป็นวิธีที่ดีในการดูแลเส้นผมและหนังศีรษะ			
5. การมีเหงื่อไม่ทำให้เกิดโทษแก่ร่างกาย เพียงแต่ก่อให้เกิดความรำคาญเท่านั้น			
6. การบ้วนปากหลังรับประทานอาหารไม่ช่วยให้ฟัน สะอาด			
7. การแปรงฟันที่ถูกวิธีสามารถป้องกันฟันผุได้			
8. การอมลูกกวาดหรือทอฟฟี่ แล้วไม่แปรงฟันทำให้ เป็นโรคฟันผุ			
9. การใช้ฟันกัดขบเคี้ยวของแข็งเป็นประจำเป็นสิ่งที่ดี เพราะสามารถเพิ่มความแข็งแรงทนทานให้กับฟัน			
10. การแปรงฟันก่อนนอนช่วยป้องกันฟันผุ			

ข้อความ	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ
11. การตัดเล็บให้สั้นและรักษาความสะอาดเล็บ อยู่เสมอสามารถป้องกันการแพร่กระจาย ของเชื้อโรคเข้าสู่ร่างกาย			
12. การล้างมือให้สะอาดเป็นประจำช่วยสร้างเสริม สุนิษย์ที่ดีในการป้องกันการเกิดโรคติดต่อได้			
13. หลังการจับถ่ายแล้วเช็ดมือเพียงอย่างเดียวก็ถือว่า สะอาดเพียงพอโดยไม่ต้องล้างมือ			
14. เมื่อรับประทานอาหารโดยใช้ช้อนแล้วไม่จำเป็น ต้องล้างมือก่อนรับประทานอาหาร			
15. การจับถ่ายเป็นเวลาทุกวันทำให้มีสุขภาพดี			

ตอนที่ 3 แบบทดสอบวัดการปฏิบัติตนทางด้านอนามัยส่วนบุคคล

คำชี้แจง

ให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างท้ายข้อความที่ตรงกับความเป็นจริง
ในการปฏิบัติตนของนักเรียนมากที่สุดเพียงช่องเดียว

ข้อความ	การปฏิบัติตน		
	ทำประจำ	ทำบางครั้ง	ไม่เคยทำเลย
1. นักเรียนอาบน้ำอย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง			
2. เมื่ออากาศหนาวนักเรียนอาบน้ำวันเว้นวัน			
3. นักเรียนถูสบู่ไล่ตามซอกต่าง ๆ ของร่างกาย			
4. นักเรียนสระผมอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2 ครั้ง			
5. นักเรียนเช็ดผมให้แห้งหลังสระผม			
6. นักเรียนตัดเล็บเมื่อเล็บยาว			
7. นักเรียนกัดตะเล็บเมื่ออยู่คนเดียว			
8. นักเรียนถ่ายอุจจาระเป็นเวลา			
9. ถ้าหุดไม่สกปรกนักเรียนนำมาใส่ซ้ำอีก			
10. นักเรียนสวมเสื้อผ้าที่ซักสะอาดหลังอาบน้ำ			
11. นักเรียนล้างมือให้สะอาดก่อนกินอาหาร			
12. นักเรียนล้างมือหลังการจับต้องสิ่งสกปรก			
13. นักเรียนบ้วนปากหลังรับประทานอาหารเมื่อไม่ได้แปรงฟัน			
14. นักเรียนอมลูกกวาด/ทอฟฟี่ แล้วไม่แปรงฟันหรือบ้วนปาก			
15. นักเรียนเข้านอนโดยไม่แปรงฟัน			

ภาคผนวก ก

แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบทดสอบวัดความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติตน
ด้านอนามัยส่วนบุคคล

อำนาจจำแนกของแบบทดสอบวัดความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติตนด้านอนามัยส่วนบุคคลที่ทดลองใช้ (Try Out) กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะใกล้เคียงตัวอย่างจริง จำนวน 40 คน โดยแบ่งกลุ่มสูง กลุ่มต่ำ อย่างละ 25%

ตอนที่ 1 แบบทดสอบวัดความรู้ด้านอนามัยส่วนบุคคลเป็นการให้คะแนนถูก ผิด
คำนวณจากสูตร (ยูทพงษ์ กัยวรรณ, 2543)

$$R = \frac{H - L}{N}$$

เมื่อ H คือ จำนวนคนตอบถูกในกลุ่มคะแนนสูง

L คือ จำนวนคนตอบถูกในกลุ่มคะแนนต่ำ

N คือ จำนวนคนกลุ่มสูงหรือกลุ่มต่ำ

ตารางแสดงค่าอำนาจจำแนก (r)

ข้อ	กลุ่มคะแนนสูง (H)	กลุ่มคะแนนต่ำ (L)	อำนาจจำแนก (R) $R = \frac{H - L}{N}$
1	9	7	0.2
2	10	6	0.4
3	10	7	0.3
4	9	3	0.6
5	7	2	0.5
6	10	4	0.6

ข้อ	กลุ่มคะแนนสูง (H)	กลุ่มคะแนนต่ำ (L)	อำนาจจำแนก (R) $R = \frac{H - L}{N}$
7	10	2	0.8
8	10	5	0.5
9	10	3	0.7
10	10	6	0.4
11	7	1	0.6
12	5	3	0.2
13	8	4	0.4
14	6	7	-0.1
15	1	2	-0.1
16	7	0	0.7
17	10	7	0.3
18	2	6	-0.4
19	10	8	0.2
20	5	4	0.1
21	9	7	0.2
22	10	6	0.4
23	10	7	0.3
24	9	3	0.6
25	7	2	0.5
26	10	4	0.6
27	10	2	0.8
28	10	5	0.5
29	10	3	0.7
30	10	6	0.4

ตอนที่ 2 แบบทดสอบวัดเจตคติด้านอนามัยส่วนบุคคลโดยวิธีการแจกแจงที (t - Distribution)

คำนวณจากสูตร (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ, 2536)

$$t = \frac{\bar{X}_H - \bar{X}_L}{\sqrt{\frac{S_H^2}{n_H} + \frac{S_L^2}{n_L}}}$$

เมื่อ t แทน ค่าอำนาจจำแนกของข้อสอบ

$\bar{X}_H$ แทน คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มสูง

$\bar{X}_L$ แทน คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มต่ำ

S_H^2 แทน ค่าความแปรปรวนของกลุ่มสูง

S_L^2 แทน ค่าความแปรปรวนของกลุ่มต่ำ

n_H แทน จำนวนนักเรียนในกลุ่มสูง

n_L แทน จำนวนนักเรียนในกลุ่มต่ำ

ตารางแสดงค่าอำนาจจำแนก (t)

ข้อ	$\bar{X}_H$	$\bar{X}_L$	S_H^2	S_L^2	t
1	3	207	0	0.23	2
2	3	2.4	0	0.71	2.22
3	2.8	2.8	0.4	0.18	0
4	2.9	1.7	0.1	3.79	1.94
5	2.7	1.8	0.23	0.62	3
6	2.8	2.6	0.18	0.27	0.95
7	2.7	1.8	0.46	1.73	1.91
8	2.7	2.1	0.23	0.77	1.88
9	2.7	2	0.46	1.11	1.75
10	2.6	2.2	0.27	1.73	0.89

ข้อ	$\bar{X}_H$	$\bar{X}_L$	S_H^2	S_L^2	t
11	2.9	2.1	0.1	0.77	2.76
12	3	2.4	0	0.93	2
13	2.9	2.2	0.1	1.96	3.33
14	2.2	2.2	0.4	0.4	0
15	3	2.3	0	0.68	2.69
16	2.8	2.6	0.4	0.49	0.67
17	2.7	2.3	0.46	-0.43	8
18	2.7	1.7	0.23	0.23	4.76
19	2.5	1.9	0.28	0.54	2.07
20	2.8	2.1	0.41	0.71	2.06
21	2.6	2.7	0.27	0.46	-0.37
22	2.8	2.9	0.18	0.1	0.59
23	2.9	2.3	0.1	0.46	2.5
24	2.8	2.6	0.18	0.27	0.95
25	2.8	2.2	0.18	0.29	1.82
26	2.7	2.7	0.23	0.46	0
27	2.8	2.2	0.18	0.84	1.87
28	2.8	0.18	2.8	0.18	0
29	2.6	2.8	0.71	0.18	0.67
30	2.7	1.9	0.46	1.43	1.86

ตอนที่ 3 แบบทดสอบวัดการปฏิบัติตนด้านอนามัยส่วนบุคคล โดยวิธีการแจกแจงที

(t - Distribution) คำนวณจากสูตร (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ, 2536)

$$t = \frac{\bar{X}_H - \bar{X}_L}{\sqrt{\frac{S_H^2}{n_H} + \frac{S_L^2}{n_L}}}$$

เมื่อ t แทน ค่าอำนาจจำแนกของข้อสอบ
 $\bar{X}_H$ แทน คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มสูง
 $\bar{X}_L$ แทน คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มต่ำ
 S_H^2 แทน ค่าความแปรปรวนของกลุ่มสูง
 S_L^2 แทน ค่าความแปรปรวนของกลุ่มต่ำ
 n_H แทน จำนวนนักเรียนในกลุ่มสูง
 n_L แทน จำนวนนักเรียนในกลุ่มต่ำ

ตารางแสดงค่าอำนาจจำแนก (t)

ข้อ	$\bar{X}_H$	$\bar{X}_L$	S_H^2	S_L^2	t
1	2.9	2.1	0.1	0.77	2.76
2	2.7	2.1	0.46	0.32	2.14
3	2.7	2.5	0.23	0.5	0.74
4	3	2.5	0	0.5	2.27
5	3	2.7	0	0.23	2
6	2.9	2.8	0.1	0.4	0.45
7	3	2.3	0	0.68	2.7
8	2.6	2.4	0.27	0.27	0.87
9	2.7	2	0.23	0.67	2.33
10	2.9	2	0.1	0.67	3.21

ข้อ	$\bar{X}_H$	$\bar{X}_L$	S_H^2	S_L^2	t
11	3	2.3	0	0.68	2.69
12	2.8	2.7	0.18	0.23	0.5
13	2.9	1.7	0.1	0.46	5
14	3	2.7	0	0.23	2
15	2.9	2	0.1	0.67	3.21
16	2.7	2	0.46	2.67	1.25
17	2.5	1.8	0.94	0.29	2
18	2.4	2.3	0.27	0.68	0.32
19	2.3	1.8	0.46	4.62	0.7
20	2.5	2.3	0.28	0.68	0.65
21	2.6	1.6	0.27	0.71	3.23
22	2.8	2	0.18	0.44	3.2
23	2.8	1.7	0.4	0.68	3.33
24	2.7	2.7	0.23	0.23	0
25	2.4	2.5	0.49	0.5	-0.32
26	2.7	2.7	0.46	0.23	0
27	2.9	2.4	0.1	0.49	2.08
28	2.8	2.5	0.18	0.72	1
29	3	2.4	0	0.49	2.73
30	2.9	2.1	0.1	0.77	2.76

ภาคผนวก ง

แสดงค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบวัดความรู้ เจตคติและการปฏิบัติตน
ด้านอนามัยส่วนบุคคล

ค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบวัดความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติตนด้านอนามัย
ส่วนบุคคลที่ทดลองใช้ (Try Out) กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะใกล้เคียงตัวอย่างจริง จำนวน 40 คน

ตอนที่ 1 แบบทดสอบวัดความรู้ด้านอนามัยส่วนบุคคล เป็นการให้คะแนนถูก ผิด
ใช้สูตร KR_{20} (ยุทธพงษ์ กัยวรรณ, 2543)

$$KR_{20} \text{ หรือ } r_{tt} = \frac{K}{k-1} \left| 1 - \frac{\sum pq}{s^2} \right|$$

เมื่อ r_{tt} แทน ค่าความเชื่อมั่น

K แทน จำนวนข้อสอบ

p แทน สัดส่วนของผู้ตอบถูกในข้อหนึ่ง ๆ (R/N เมื่อ R คือจำนวนผู้ตอบถูก
ในข้อนั้น และ N แทนจำนวนผู้สอบ)

q แทน สัดส่วนของผู้ตอบผิดในข้อหนึ่ง ๆ

s^2 แทน ค่าความแปรปรวนทั้งฉบับ

งานวิจัยครั้งนี้มีความเชื่อมั่นของแบบทดสอบทั้งฉบับเท่ากับ 0.68

ตารางแสดงค่า x , x^2

คนที่	x	x^2
1	22	484
2	15	225
3	17	289
4	21	441
5	14	196
6	15	225
7	18	324
8	21	441
9	21	441
10	27	729
11	22	484
12	25	625
13	27	729
14	25	625
15	22	484
16	9	81
17	25	625
18	21	441
19	24	576
20	19	361
21	23	529
22	22	484
23	19	361
24	19	361
25	16	256

คนที่	x	x ²
26	14	196
27	23	529
28	20	400
29	20	400
30	21	441
31	23	529
32	24	576
33	12	144
34	26	676
35	23	529
36	22	484
37	22	484
38	19	361
39	17	289
40	21	441

$$\Sigma x = 816$$

$$\Sigma x^2 = 17,300$$

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 Copyright © by Chiang Mai University
 All rights reserved

ตอนที่ 2 แบบทดสอบวัดเจตคติด้านอนามัยส่วนบุคคล ใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาครอนบาค
(Cronbach's Alpha Coefficient) (ยุทธิพงษ์ กัยวรรณ, 2543)

$$\alpha = \frac{K}{k-1} \left| 1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t^2} \right|$$

เมื่อ α แทน ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่น

K แทน จำนวนข้อของเครื่องมือวัด

$\sum S_i^2$ แทน ผลรวมของความแปรปรวนของแต่ละข้อ

S_t^2 แทน ค่าความแปรปรวนของเครื่องมือทั้งฉบับ

งานวิจัยครั้งนี้มีความเชื่อมั่นของแบบทดสอบทั้งฉบับเท่ากับ 0.92

ตารางแสดงค่า $\sum x_i$, $\sum x_i^2$, S_i^2

ข้อที่	$\sum x_i$	$\sum x_i^2$	S_i^2
1	98	317	0.65
2	108	304	0.31
3	109	315	0.48
4	92	234	0.56
5	98	262	0.55
6	106	290	0.23
7	95	247	0.54
8	107	301	0.37
9	107	301	0.37
10	86	206	0.53
11	112	242	-1.79
12	109	315	0.45
13	98	317	0.65

ข้อที่	Σx_i	Σx_i^2	S_i^2
14	87	207	0.45
15	113	327	0.23
16	112	324	0.26
17	103	287	0.55
18	88	206	0.31
19	86	205	0.51
20	97	263	0.7
21	103	279	0.32
22	98	262	0.55
23	105	289	0.34
24	111	315	0.2
25	104	284	0.34
26	108	306	0.36
27	108	304	0.31
28	110	314	0.29
29	112	324	0.26
30	105	291	0.39

$$\Sigma S_i^2 = 10.27$$

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 Copyright © by Chiang Mai University
 All rights reserved

ตอนที่ 3 แบบทดสอบการปฏิบัติตนด้านอนามัยส่วนบุคคล ใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) (ยูทพงษ์ กัวยวรรณ, 2543)

$$\alpha = \frac{K}{k-1} \left| 1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t^2} \right|$$

เมื่อ α แทน ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่น

K แทน จำนวนข้อของเครื่องมือวัด

$\sum S_i^2$ แทน ผลรวมของความแปรปรวนของแต่ละข้อ

S_t^2 แทน ค่าความแปรปรวนของเครื่องมือทั้งฉบับ
งานวิจัยครั้งนี้มีความเชื่อมั่นของแบบทดสอบทั้งฉบับเท่ากับ 0.6

ตารางแสดงค่า $\sum x_i$, $\sum x_i^2$, S_i^2

ข้อที่	$\sum x_i$	$\sum x_i^2$	S_i^2
1	102	271	0.28
2	94	236	0.38
3	103	279	0.35
4	113	329	0.25
5	111	317	0.23
6	113	327	0.2
7	113	331	0.3
8	101	269	0.35
9	102	274	0.35
10	104	286	0.39
11	111	321	0.3
12	112	320	0.16
13	98	262	0.55

ข้อที่	Σx_i	Σx_i^2	S_i^2
14	113	327	0.2
15	106	296	0.38
16	95	245	0.49
17	106	290	0.23
18	89	219	0.53
19	86	208	0.6
20	98	258	0.45
21	105	291	0.39
22	112	324	0.26
23	110	314	0.29
24	108	304	0.31
25	108	306	0.36
26	104	284	0.34
27	111	315	0.2
28	105	289	0.34
29	98	262	0.55
30	103	379	0.32

$$\Sigma S_i^2 = 9.85$$

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 Copyright © by Chiang Mai University
 All rights reserved

ภาคผนวก จ

สรุปการสัมภาษณ์ผู้ปกครองและครูเกี่ยวกับการปฏิบัติตนด้านอนามัยส่วนบุคคลของนักเรียน

ผู้ปกครองนักเรียน

1. นางทองใบ กัณหา (ผู้ปกครองเด็กชาย ชนินทร์ กัณหา นักเรียนชั้น ป.5)

นางทองใบ กัณหา มีอาชีพเป็นเกษตรกร เป็นย่าของเด็กชาย ชนินทร์ กัณหา และเป็นผู้ดูแลเด็กชายชนินทร์ กัณหา แทนพ่อ แม่ของเด็กซึ่งทำงานที่กรุงเทพฯ เด็กชายชนินทร์ มีน้องชาย 1 คน กำลังเรียนอยู่ชั้น ป.1 โรงเรียนเดียวกันกับพี่ชาย จากการพูดคุยสนทนากับนางทองใบ ถึงเรื่องการปฏิบัติตนด้านอนามัยส่วนบุคคลของเด็กชายชนินทร์ โดยนางทองใบให้ความเห็นว่า เมื่อก่อนเด็กชายชนินทร์ไม่ค่อยล้างมือก่อนรับประทานอาหาร พอเรียกให้มารับประทานอาหารก็จะเอามือมาเช็ดที่เสื้อของตัวเอง ต้องคอยเตือนให้ล้างมือก่อนเสมอ ส่วนเรื่องการแปรงฟันก็ไม่ได้กำกับอะไรมาก เพราะจากที่สังเกตดู หลังตื่นนอนตอนเช้าก็ล้างหน้า แปรงฟัน และอาบน้ำเป็นประจำทุกวัน แต่ตอนหลังรับประทานอาหาร และก่อนเข้านอนนั้นไม่ได้กำกับหรือเข้มงวดเรื่องการแปรงฟันแต่อย่างใด จึงไม่เห็นเด็กชายชนินทร์แปรงฟันในเวลาดังกล่าว แต่ปัจจุบันเด็กชายชนินทร์มีพฤติกรรมสุขอนามัยส่วนบุคคลดีขึ้น ดังที่นางทองใบกล่าวว่า “ตั้งแต่ทางโรงเรียนจัดกิจกรรมพัฒนาอนามัยส่วนบุคคลขึ้น รู้สึกว่าหลานชายมีพฤติกรรมดีขึ้น คือก่อนรับประทานอาหารทุกครั้งจะรู้จักล้างมือโดยไม่ต้องเตือนเลยหรือเล่นสกปรกมาก็จะล้างมือ ส่วนการแปรงฟันก็จะแปรงตอนเช้าด้วย ก่อนนอนด้วยและจะสอนน้องแปรงฟันให้ถูกวิธี พาน้องทำตามเค้าจะชวนกันไปแปรงฟันเองทุกวัน” ส่วนเรื่องการดูแลเสื้อผ้าเครื่องแต่งกาย นางทองใบเป็นผู้ดูแลความสะอาดให้อยู่แล้ว

2. นางสมร รัตนา (ปกครองเด็กชายอนันต์ รัตนา นักเรียนชั้น ป.4)

นางสมร รัตนา มีอาชีพเป็นเกษตรกรและรับจ้างทั่วไป เป็นมารดาของเด็กชายอนันต์ รัตนา จากการพูดคุยสนทนากับนางสมรถึงเรื่องการปฏิบัติตนด้านอนามัยส่วนบุคคลของเด็กชายอนันต์ โดยนางสมรให้ความคิดเห็นว่าตนเคยได้รับหนังสือจากทางโรงเรียนให้พาเด็กชายอนันต์ไปรับการรักษาฟันที่โรงพยาบาลเมื่อตอนเด็กชายอนันต์เรียนอยู่ชั้น ป.3 นางสมรให้เหตุผลอีกว่าสาเหตุที่ฟันผุนั้นเกิดจากเด็กชายอนันต์ชอบรับประทานอาหารขนมขบเคี้ยว โดยเฉพาะพวกขนมกรุบกรอบ

และลูกอมแล้วไม่ค่อยแปรงฟัน หรือบ้วนปากหลังรับประทานอาหารเสร็จ รวมถึงการแปรงฟันตอนเช้า และก่อนเข้านอนด้วย จะปฏิบัติก็ต่อเมื่อคนได้ว่ากล่าวตักเตือนเท่านั้นหรือบางทีเตือนแล้วก็ไม่ทำตาม นางสาวเองก็ไม่ค่อยมีเวลาดูแลหรือตักเตือนได้ทุกครั้งเพราะต้องออกไปทำงานนอกบ้าน ส่วนใหญ่การดูแลตนเอง ทั้งเรื่องการอาบน้ำ ฟอกสบู่ ใช้น้ำเกลือ การรักษาความสะอาดมือและเล็บ ตนจะปล่อยให้เด็กปฏิบัติเองไม่ได้ตักเตือนหรือกำชับมาก เพราะเห็นว่าเด็กโตแล้วสามารถดูแลตนเองได้ และที่โรงเรียนครูก็จะสอนอยู่แล้ว จะห่วงและคอยกำชับก็แต่เรื่องการชอบทานขนม แล้วไม่ชอบแปรงฟัน แต่ปัจจุบันนี้รู้สึกว่าการที่เด็กชายอนันต์มีพฤติกรรมอนามัยส่วนบุคคลดีขึ้น โดยเฉพาะการดูแลรักษาสุขภาพปากและฟัน ดังที่นางสมร กล่าวว่า “เดี๋ยวนี้ลูกชายดีขึ้นมาก รู้จักแปรงฟันตอนเช้า กินข้าวเย็นเสร็จก็รีบไปแปรงฟัน เล่าบอกว่าครูที่โรงเรียนให้แปรงฟันหลังรับประทานอาหารกลางวัน และต้องแปรงฟันก่อนนอนด้วยฟันจะได้ไม่ผุอีก” นางสาวกล่าวต่อไปอีกว่า “เท่าที่สังเกตมาตั้งแต่ที่ทางโรงเรียนมีกิจกรรมพัฒนาอนามัยส่วนบุคคล ลูกชายดูแลความสะอาดร่างกายของตนเองมากขึ้นกว่าเดิม อย่างเช่น จะหยิบขนมหรือจะกินข้าวนี้จะรีบไปล้างมือก่อน ถ้ามือสกปรกหรือออกจากห้องน้ำก็ล้างมือ พ่อแม่ไม่ต้องตักเตือนให้ทำเลย เด็กจะปฏิบัติเอง” นอกจากนี้นางสมรให้ความคิดเห็นเพิ่มเติมว่าเมื่อก่อนตนไม่เข้าใจถึงความสำคัญของการดูแลสุขภาพอนามัยส่วนบุคคลเท่าใดนัก จึงไม่ค่อยกำชับและตักเตือนลูกให้ปฏิบัติอย่างถูกต้องเป็นประจำ จะรู้ว่าลูกมีปัญหาที่ต่อเมื่อทางโรงเรียนมีหนังสือมาหรือเมื่อเป็นโรคนั้น ๆ แล้วแต่หลังจากที่ได้เข้าร่วมกับทางโรงเรียนวางแผนการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาทางอนามัยส่วนบุคคลของนักเรียน ตนได้รับทราบข้อมูลและเข้าใจมากยิ่งขึ้น จึงให้ความสำคัญและติดตามเฝ้าสังเกตพฤติกรรมสุขภาพของลูกตลอดก็เห็นว่าเด็กชายอนันต์มีพฤติกรรมสุขภาพดีขึ้น

3. นางโสภา บุคดี (ผู้ปกครองเด็กหญิง ราชรี บุคดีนักเรียนชั้น ป.6)

นางโสภา บุคดี เป็นมารดาของเด็กหญิง ราชรี บุคดี นักเรียนชั้น ป.6 จากการพูดคุยสนทนากับนางโสภา บุคดี ถึงเรื่องการปฏิบัติตนด้านอนามัยส่วนบุคคลของเด็กหญิงราชรี โดยนางโสภาให้ความคิดเห็นว่า ปรกติแล้วเด็กหญิงราชรี มีพฤติกรรมดูแลสุขภาพอนามัยของตนเองค่อนข้างดี ไม่ว่าจะเป็นเสื้อผ้าเครื่องแต่งกาย สุขภาพปากและฟัน การสระผมเป็นประจำ และที่ผ่านมามีเด็กหญิงราชรีไม่เคยเป็นโรคหาละเลย การดูแลความสะอาดมือและเล็บจะมีการเตือนบ้างก็แต่เรื่องของอาบน้ำให้ฟอกสบู่และใช้น้ำเกลือให้สะอาด และมีนิสัยชอบเกาบริเวณที่มียุ้งหรือมดกัด ทำให้ผิวหนังเป็นแผล ต้องคอยเตือนอยู่เสมอ นางโสภากล่าวอย่างที่เป็นกันเองว่า

“เมื่อก่อนก็เดือนประจำเรื่องการอาบน้ำ ต้องลูบให้สะอาด เป็นผู้หญิงต้องดูแลให้ดี ถ้ามีคราบ จี๊โคลจะดูไม่สวยงาม เวลาขูหรือมดกัดก็อย่าเถียงเพราะผิวหนังจะเป็นแผลดลอก ให้ทายาหม่อง แทนการเถียง และสอนว่าอย่าใช้เสื้อผ้าร่วมกับคนอื่นเพราะอาจติดเชื้อโรคทางผิวหนังจากคนอื่นมา ซึ่งเค้าอาจจะเป็นอย่างที่เราไม่รู้ ต้องใส่เสื้อผ้าที่ซักสะอาดแล้วเท่านั้น เค้าก็เชื่อฟังนะยังตอนนี้ ไม่ต้องบอกไม่ต้องเตือนเลยเค้าจะดูแลตัวเองดี” นางโสภากล่าวต่อไปอีกว่า “เวลาโรงเรียน มีกิจกรรมอะไรก็จะมาเล่าให้ฟัง อย่างเช่นตอนที่หมอนามัยมาอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพพอนามัยก็จะกลับมาเล่าให้แม่ฟังว่าหมอนามัยแนะนำอะไรบ้าง . เคยเห็นนัดกับเพื่อนไปโรงเรียน วันเสาร์-วันอาทิตย์พอลามก็บอกว่าครูให้เข้ากลุ่มกับเพื่อนจัดบอร์ดเกี่ยวกับสุขภาพอะไรนี้แหละ แล้วก็บอกว่าที่โรงเรียนครูให้พารุ่นน้องแปรงฟันหลังกินข้าวตอนเที่ยงทุกวันด้วย ตอนนี้เท่าที่ดู ลูกสาวก็มีพฤติกรรมดูแลสุขภาพอนามัยดีขึ้น”

ครู

1. นายยุทธนา หล้าษา ครูประจำชั้น ป.4

จากการพูดคุยกับอาจารย์ยุทธนา ถึงเรื่องการปฏิบัติตนด้านอนามัยส่วนบุคคลของ นักเรียนชั้น ป.4-ป.6 โดยอาจารย์ยุทธนาได้กล่าวแสดงความเห็นว่า “นักเรียนส่วนใหญ่ ปฏิบัติตนด้านสุขอนามัยส่วนบุคคลดีขึ้น สืบเนื่องจากการที่ตรวจพบ ตรวจเล็บ เสื้อผ้าเครื่องแต่งกาย ของนักเรียนตอนเช้าก็สะอาดเรียบร้อยดี ตอนเที่ยงเด็กก็จะวิ่งเล่นกันตามปกติ แต่พอถึงเวลา ให้แปรงฟันก็จะวิ่งไปแปรงฟัน มีแกนนำนักเรียนฝ่ายส่งเสริมอนามัยพาเพื่อนนักเรียนปฏิบัติดี เข้าห้องเรียนตอนบ่ายเด็กจะพากันไปล้างมือก่อนเข้าห้องเรียน เป็นแบบนี้ทุกวัน นับตั้งแต่ มีกิจกรรมพัฒนาอนามัยส่วนบุคคลของนักเรียนขึ้นมา ส่วนเรื่องสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนก็ดีขึ้น นักเรียนแบ่งกลุ่มกันทำความสะอาดน่องน้ำและโรงอาหารดี เด็กเค้าชอบด้วยซ้ำเพราะไม่ได้ นั่งเรียนในห้องเรียนอย่างเดียว” อาจารย์ยุทธนาแสดงความเห็นต่ออีกว่า โดยรวมแล้วนักเรียน ส่วนใหญ่ให้ความสนใจในการปฏิบัติตนในด้านอนามัยส่วนบุคคลดีและสม่ำเสมอ เพราะคิดว่า แต่ละกิจกรรมนั้นไม่ได้ทำให้นักเรียนรู้สึกโดนบังคับให้ทำ แต่เป็นกิจกรรมที่ทำแล้วเกิดผลดี ต่อร่างกายและนักเรียนรู้สึกสนุกในการทำกิจกรรม

2. นายวัชร เรื่องเศรษฐกิจ ครูประจำชั้น ป.5

จากการพูดคุยกับอาจารย์วัชร ถึงเรื่องการปฏิบัติตนด้านอนามัยส่วนบุคคลของนักเรียนชั้น ป.4-ป.6 อาจารย์วัชร แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการปฏิบัติตนของนักเรียนว่า “เท่าที่สังเกตนักเรียนตั้งแต่เริ่มมีกิจกรรมสุขภาพอนามัยส่วนบุคคล จนถึงสัปดาห์สุดท้ายของการทำกิจกรรมนี้ นักเรียนปฏิบัติตนด้านสุขอนามัยดีกว่าเดิมที่ยังไม่ได้จัดกิจกรรมสุขภาพอนามัยส่วนบุคคล โดยครูประจำชั้นจะตรวจผม เล็บ ฟัน และเครื่องแต่งกายของนักเรียน ปรากฏว่านักเรียนส่วนใหญ่สะอาดเรียบร้อยดี ส่วนการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ นักเรียนก็ลงมือปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ อาจเป็นเพราะทางโรงเรียนขอความร่วมมือกับผู้ปกครองให้ช่วยดูแลนักเรียนเรื่องสุขอนามัยเมื่ออยู่ที่บ้านด้วย และเป็นเพราะกิจกรรมต่าง ๆ ที่จัดขึ้นทำให้นักเรียนไม่รู้สึกเหมือนโดนบังคับและมีแกนนำนักเรียนฝ่ายส่งเสริมอนามัยช่วยครูดูแลเพื่อน ๆ นักเรียนด้วยกัน ทำให้นักเรียนต่างก็ปฏิบัติตนด้านอนามัยส่วนบุคคลดีขึ้นเรื่อย ๆ” นอกจากนี้อาจารย์วัชรยังให้ข้อคิดเห็นเพิ่มเติมว่ากระบวนการที่ประยุกต์ใช้คิดแบบอริยสัจ 4 ช่วยให้ทุกคน ทุกฝ่ายเกิดความเข้าใจกันมากขึ้น และพร้อมที่จะช่วยกันดูแลและแก้ไขปัญหาพร้อมทั้งพัฒนาสุขภาพของนักเรียนให้ดีขึ้น เป็นประโยชน์ในการดำเนินงานเพื่อพัฒนากิจกรรมต่าง ๆ ของโรงเรียนในด้านอื่นด้วย

3. นางจุรีพร หัตถปะนิทย์ ครูผู้รับผิดชอบงานอนามัยโรงเรียนและครูประจำชั้น ป.6

จากการพูดคุยกับอาจารย์จุรีพร ถึงเรื่องการปฏิบัติตนด้านอนามัยส่วนบุคคลของนักเรียนชั้น ป.4-ป.6 พบว่า ช่วงสัปดาห์แรกของการปฏิบัติกิจกรรมพัฒนาอนามัยส่วนบุคคลนักเรียนส่วนใหญ่ยังไม่ค่อยมีการเปลี่ยนแปลงด้านการปฏิบัติตนเท่าใดนักเพราะอยู่ในช่วงปรับตัว แต่หลังจากสัปดาห์ที่ 2 ของการดำเนินกิจกรรมนักเรียนมีการปฏิบัติตนที่ดีขึ้นเรื่อย ๆ โดยอาจารย์จุรีพรให้ข้อคิดเห็นว่า ช่วงแรกครูต้องคอยดูแลกำกับนักเรียนให้ทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่วางไว้ เพราะอยู่ในช่วงที่นักเรียนปรับตัว และวางแนวทางการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ให้แกนนำนักเรียนฝ่ายส่งเสริมอนามัยเป็นผู้ดูแลเพื่อนนักเรียนด้วยกัน ส่วนครูจะเป็นเพียงผู้ให้คำปรึกษาคำแนะนำแก่นักเรียน และดูแลภาพรวมว่านักเรียนปฏิบัติตามที่ได้กำหนดกิจกรรมไว้หรือไม่ อาจารย์จุรีพรกล่าวว่า “เท่าที่สังเกตดูนักเรียนมีความกระตือรือร้นที่จะปฏิบัติกิจกรรมดี เช่น การจัดบอร์ดหรือกิจกรรมเผยแพร่ความรู้หน้าเสาธงนักเรียนจะผลัดเวรกันปฏิบัติดี และรู้จักหาข้อมูลต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์เกี่ยวกับดูแลสุขภาพอนามัยส่วนบุคคลมาเผยแพร่ให้เพื่อน ๆ และน้อง ๆ ให้รับรู้ข้อมูลข่าวสาร หรือเมื่อถึงเวลาแปรงฟันหลังจากทานอาหารกลางวันเรียบร้อยแล้ว นักเรียน

จะชักชวนกันไปแปรงฟันโดยครูไม่ต้องเตือนเลย การจัดเวรนักเรียนทำความสะอาดห้องน้ำ และโรงอาหารรวมถึงบริเวณต่าง ๆ ในโรงเรียนนักเรียนก็ช่วยเหลือซึ่งกันและกันดี ตอนที่ยังก่อนทานอาหารก็ชวนกันไปล้างมือ และทานเสร็จก็ล้างมือด้วย” นอกจากนี้อาจารย์จूरิพร แสดงความคิดเห็นว่า การที่นักเรียนปฏิบัติตนด้านอนามัยส่วนบุคคลสม่าเสมอนั้น นอกจากจะเกิดจากความตระหนักของนักเรียนแล้วส่วนหนึ่งเกิดจากคณะครูที่โรงเรียนช่วยกันดูแลและ ผู้ปกครองก็ให้ความร่วมมือในการดูแลที่บ้านด้วย ซึ่งกระบวนการพัฒนาอนามัยส่วนบุคคล โดยประยุกต์วิธีคิดแบบอริยสัจ 4 นี้ เป็นประโยชน์ในการดำเนินกิจกรรมด้านอื่น ๆ ของโรงเรียน ที่โรงเรียนและชุมชนมีส่วนได้ส่วนเสียร่วมกัน ซึ่งกิจกรรมที่ได้ควรคำนึงถึงความเหมาะสมกับ นักเรียน โรงเรียน และชุมชนด้วย จึงจะเกิดการพัฒนายั่งยืนต่อไป

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ - สกุล

นางสาวศิริพร โกลาพานิช

วัน เดือน ปีเกิด

2 มกราคม 2524

ที่อยู่ปัจจุบัน

148 หมู่ 4 บ้านวาปี ซอยวาปีอนุสรณ์
ถนนมิตรภาพ ตำบลพันดอน อำเภอกุมภวาปี
จังหวัดอุดรธานี

ประวัติการศึกษา

พ.ศ.2545

สำเร็จการศึกษา ศึกษาศาสตรบัณฑิต (สุขศึกษา)
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ประวัติการทำงาน

พ.ศ.2543

กรรมการหอพักนักศึกษาหญิงอาคาร 5
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

พ.ศ.2544

ฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู โรงเรียนวัดโนนทัยพยับ
อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

ปัจจุบัน

ว่าที่นักวิชาการศึกษาระดับ 3
องค์การบริหารส่วนตำบลปะโค ตำบลปะโค
อำเภอกุมภวาปี จังหวัดอุดรธานี